



陕西中医药大学学报

*Journal of Shaanxi University of Chinese Medicine*

ISSN 2096-1340, CN 61-1501/R

## 《陕西中医药大学学报》网络首发论文

题目： 基于六经病“欲解时”解读仲景时间医学的应用  
作者： 周千，易亚乔，陈延杰，刘林，宋祯彦  
网络首发日期： 2024-04-11  
引用格式： 周千，易亚乔，陈延杰，刘林，宋祯彦. 基于六经病“欲解时”解读仲景时间医学的应用[J/OL]. 陕西中医药大学学报.  
<https://link.cnki.net/urlid/61.1501.R.20240409.1330.008>



**网络首发：**在编辑部工作流程中，稿件从录用到出版要经历录用定稿、排版定稿、整期汇编定稿等阶段。录用定稿指内容已经确定，且通过同行评议、主编终审同意刊用的稿件。排版定稿指录用定稿按照期刊特定版式（包括网络呈现版式）排版后的稿件，可暂不确定出版年、卷、期和页码。整期汇编定稿指出版年、卷、期、页码均已确定的印刷或数字出版的整期汇编稿件。录用定稿网络首发稿件内容必须符合《出版管理条例》和《期刊出版管理规定》的有关规定；学术研究成果具有创新性、科学性和先进性，符合编辑部对刊文的录用要求，不存在学术不端行为及其他侵权行为；稿件内容应基本符合国家有关书刊编辑、出版的技术标准，正确使用和统一规范语言文字、符号、数字、外文字母、法定计量单位及地图标注等。为确保录用定稿网络首发的严肃性，录用定稿一经发布，不得修改论文题目、作者、机构名称和学术内容，只可基于编辑规范进行少量文字的修改。

**出版确认：**纸质期刊编辑部通过与《中国学术期刊（光盘版）》电子杂志社有限公司签约，在《中国学术期刊（网络版）》出版传播平台上创办与纸质期刊内容一致的网络版，以单篇或整期出版形式，在印刷出版之前刊发论文的录用定稿、排版定稿、整期汇编定稿。因为《中国学术期刊（网络版）》是国家新闻出版广电总局批准的网络连续型出版物（ISSN 2096-4188，CN 11-6037/Z），所以签约期刊的网络版上网络首发论文视为正式出版。

# 基于六经病“欲解时”解读仲景时间医学的应用\*

周千<sup>1</sup> 易亚乔<sup>1\*\*</sup> 陈延杰<sup>1</sup> 刘林<sup>2</sup> 宋祯彦<sup>1</sup>

(1.湖南中医药大学,湖南长沙410208;2.湖南中医药大学第一附属医院,湖南长沙410007)

**摘要:** 中医有关的时间医学理论是以中医理论为指导,研究人体生理病理与自然界时间节律对应关系的学科。该理论起源于《黄帝内经》继承和发展于张仲景,重点体现在《伤寒论》六经病的“欲解时”等内容,阐述其中蕴含的时间医学理论。通过对相关医史文献的探索研究,着眼于仲景及后世医家对人体时间节律的认识、疾病的发生发展节律以及择时治病等相关问题,综合近现代时间医学理论的发展,以丰富中医有关的时间医学理论,指导临床实践。

**关键词:** 伤寒论;时间医学;六经病“欲解时”;张仲景;文献研究

**中图分类号:** R222.2 **文献标识码:** A

时间医学是近年发展的一门时间生物学与现代医学相结合的交叉学科<sup>[1]</sup>,主张医学应该从时间的角度出发去关注疾病发生发展的全过程,而并非只停留在疾病诊断与治疗层面。自该理论提出后,有许多学者对时间医学理论进行了研究,作为四大经典之一的《伤寒杂病论》当中蕴含着许多时间医学的思想,但以六经病“欲解时”为切入点的研究甚少。本文将从“欲解时”出发,以中医时间医学理论贯彻全文,从古代医籍、基本理论、现代研究等多方面深入探析时间医学理论。

时间医学虽然是现代医学的产物,但对中医来说,只是个新名词,并不是一个全新的概念。在医史文献中,时间医学这一名词虽然没有被明确提出,但是古代医家在数千年前就已经开始了对生命时间节律性的探索。在《左传·昭公元年》有关于“天有六气,降生五味……六气曰阴、阳、风、雨、晦、明也。分为四时,序为五节,过则为灾”<sup>[2]</sup>的记载。这里的阴阳可以理解为四时的变化,风雨为气候的变化,晦明为昼夜的变化,说明人体与自然界息息相关,天之六淫能够伤人致病,而自然界的阴阳盛衰消长变化,也可以协助人体正气祛

邪外出,即所谓的“天人相应”,这是一种认识的方法论<sup>[3]</sup>,也是中医时间医学的雏形<sup>[4]</sup>。在古代医家的著作中,不仅详细记载了丰富的人体生理、病理的时间节律,还包括了医家临床上进行择时论治的经验,并且用独特的中医学理论和哲学思维来论述人体时间节律机制<sup>[5]</sup>。

## 1 《黄帝内经》与时间医学

中医有关的时间医学理论最早可以追溯到《黄帝内经》,其所包含的五运六气学说以“天人相应”的思想为指导,应用天干地支来推算时年的运气用以指导临床治疗<sup>[6]</sup>,是中医时间医学的重要组成部分。例如己亥之年,厥阴司天,《素问·五运六气大论》就指出“厥阴司天……体重肌肉萎,食减口爽……目转耳鸣”<sup>[7]</sup>,就是对当年易于发生脾虚失于运化,清阳不升等病证的描述。《黄帝内经》的时间医学理论为后世医家的论述奠定了基础。

## 2 《伤寒杂病论》中的时间医学

东汉末年,张仲景著述《伤寒杂病论》,他在继承《黄帝内经》学术思想的基础上,根据自己所处时代环境,通过自身长期观察和临床治疗经验,总

\* **基金项目:** 国家自然科学基金资助项目(82004184);湖南省自然科学基金(2021JJ30018);中国博士后科学基金面上项目(2018M632972);湖南省教育厅资助科研项目(18A206);湖南省卫生健康委科研课题(202203105682);湖南省中医药科研基金项目(D2022104)

\*\* **通讯作者:** 易亚乔,副教授。E-mail:375248683@qq.com

结出了许多疾病传变的时间规律,并把时间医学运用到所创立的六经辨证的实践应用当中,为后世医家研究中医时间医学提供了思路。

**2.1 《伤寒论》六经病“欲解时”** 在《伤寒论》的六经辨证当中,以“提纲句”为其辨证要点<sup>[8]</sup>,针对每一经证张仲景都提出了“欲解时”的条文。所谓的“欲解时”,就是指疾病有可能在这个时间段内恢复或减轻,而医家也应当在相应的时间来治疗相应的疾病,以达到事半功倍的效果,这就是《伤寒论》中所蕴含的择时治病的原则,是将疾病的阴阳属性与自然界的昼夜阴阳变化相结合所得出的临证经验。

《伤寒论·辨太阳病脉证并治》第9条所讲的“太阳病欲解时,从巳至未上”<sup>[9]</sup>,就是讲太阳病容易在巳、午、未三个时刻恢复。但我们知道,太阳病是一个非常广泛的疾病,其中有急性突发的,也有慢性反复发作的,而我们将疾病观放大后,慢性疾病的“欲解时”就不能机械地从一天中的时间来理解了,这十二时辰就可以是一年中的十二个月,甚至也可以是十二年<sup>[10]</sup>。例如“从巳至未上”实则有三个层面的意思,涉及到一日、一月、一年中的“巳至未上”了<sup>[11]</sup>。而所谓太阳,就是诸阳主气,阳经之长的意思。在运气学说当中,太阳为寒水,需要阳气的温通气化。原文第71条中所讲的“若脉浮,小便不利,微热消渴者,五苓散主之”<sup>[9]</sup>,对于“消渴”这一症状,五苓散中没有用到一味滋阴生津药,而是以茯苓、猪苓、泽泻淡渗利湿、通利水气使病邪从小便而出,辅以桂枝温通助阳气化,使得人体内水能够正常循环,则“消渴”症状自然消除。同样,在自然界中,水受阳气蒸腾气化而上,即《素问·阴阳应象大论》中所表述的“地气上为云”<sup>[12]</sup>。对比在人体中,太阳经证的形成,就是肺宣发功能失常,地气不能上为云,所以仲景采用发汗的治法,使病邪随汗出而解,这也是符合道家“人法地、地法天、天法道,道法自然”的理论。

而人体之阳气,若天与日,天之阳气随时间盛衰变化,人亦如此。巳、午、未三个时辰阳气最旺,人体阳气得天之相助亦盛于外,则风寒之邪易于解除,有利于太阳病的恢复。而阳明却为多气多血之经,一旦发病就会表现出大实、大热的正邪交

争之象,因此《伤寒论·辨阳明病脉证并治》第193条讲“阳明病欲解时,从申至戌上”<sup>[9]</sup>,就是利用了这一时间太阳逐渐西下,自然界阳气也随之衰减,阳明病的大实大热之证也随之减退的缘故。同时,我们可以发现,六经病的每一“欲解时”都是由三个时辰构成。且三阳病的“欲解时”多在白昼,三者相接但并无交错;三阴病的“欲解时”多在夜晚,三者相互交错相融<sup>[13]</sup>。其原因,正如《素问·生气通天论》中所言:“平旦人气生,日中而阳气隆,日西而阳气已虚,气门乃闭。”<sup>[7]</sup>这说明人与自然相统一,自然界六气的变化,影响着人体生理和病理的变化。人体一旦得病,又可以通过外界的气候变化来平衡体内阴阳<sup>[14]</sup>,使疾病向治愈的方向发展。

与此同时,“欲解时”有关的这些条文,也为临床诊断提供了思路。例如在3:30~4:30失眠伴手足心发热,就属于张仲景所讲的“厥阴病欲解时,从丑至卯上”<sup>[9]</sup>,就可以考虑该病属厥阴证,方用乌梅丸加减,临床效果显著<sup>[15]</sup>。“欲解时”条文,将理论与临床实践相结合,对中医相关时间医学的丰富和发展起到了承上启下的重要作用<sup>[16]</sup>。

**2.2 《伤寒论》中蕴含的时间治疗学** 时间治疗学是依据人体生理、病理节律及所采用的治法本身的节律特点,制定出最适合临床的治疗方案,归属于时间医学的范畴。现代医学通过科学实验证明了药物的疗效和毒性与服药时间有着密切联系,大多数药物都有其最佳的服用时间,从而提出择时服药的理论。而张仲景早在千年前就发现并运用了这一规律,《伤寒论》原文的许多方后注中,都有张仲景关于服药方法和时间的表述。如原文第131条大陷胸丸的服药方法为“温顿服之,一宿乃下,如不下更服,取下为效”<sup>[9]</sup>。张仲景认为大陷胸丸最适合的服药时间便是傍晚,药物的趋下作用与人体气机在夜晚的收敛相吻合,能够更好地发挥药力。相反,发汗解表药就应当在上午服用,与“平旦而阳气生”相吻合,借阳气外出而祛邪达表。

### 3 历代部分注家对“欲解时”的认识

在张仲景完成《伤寒杂病论》的著述后,这一著作曾一度因战乱处于散失状态,后经晋代王叔

和宋代王洙等人的整理,《伤寒杂病论》才得以展现在世人面前,影响着后世的理法方药。因此,许多医家都对这部巨作进行了注解,提出自己的认识与看法,其中不乏对“欲解时”这一重要时间医学理论的探讨。

**3.1 成无己** 宋代成无己《注解伤寒论》是现存第一部全文注解《伤寒论》的著作,其中对于仲景所述的六经病“欲解时”,成氏有着自己的解释。他在《注解伤寒论·辨太阳病脉证并治法上第五》中详细地论述了太阳病的“欲解时”,成无己提出“巳为正阳,则阳气得以复也……阳三经解时,从寅至戌,以阳道常饶也……”<sup>[17]</sup>成氏认为,巳时为正阳之时,阳气来复则太阳病可解,此外成无己发现了三阳经与三阴经所主病证的“欲解时”是不完全对等的,成氏将这一规律高度的概括为“阳道常饶,阴道常乏”,这是对于欲解时的全面把控<sup>[18]</sup>。

六经病的“欲解时”,一般都在该经的主气之时,得旺气而解,唯独少阴病与之不同。成氏提出:“阳生于子,子为一阳,丑为二阳,寅为三阳,少阴解于此者,阴得阳则解也。”<sup>[17]</sup>这一不同于其他五经病条文的看法。子、丑、寅时,正为自然界阳气生长之时,而少阴肾藏人体之元阳,自然界阳进则阴退,人体少阴病即解于阳生之时。这一看法,为后世医家的研究讨论提供了一个新的思路,清代医家喻嘉言就注意到了少阴欲解时的不同,并在《尚论篇》中提出了类似的见解。

**3.2 张志聪** 清代医家张志聪在《伤寒论集注·辨太阳病脉证并治上》“太阳病欲解时”一条中指出“午乃太阳中天之时……人得天时之助则正气盛而邪病鲜矣”<sup>[19]</sup>。张志聪的观点可以概括为“天人相应”,他认为外感之太阳病证,在其“欲解时”人体阳气得天之助更加充实,即可更好地驱邪外出。

**3.3 郑钦安** 清末医家郑钦安在《伤寒恒论》解释“太阳病欲解时”时指出:“此言风寒之轻者也,逢太阳旺时,亦可自解也。”<sup>[20]</sup>从书中多条论述当中,发现郑钦安的观点可以理解为在邪气并非旺盛之时,病邪会在正气所主之时自然消退,邪气作为发病的重要因素影响着医者的治疗,面对邪气较旺之病,如果医者能够利用好这一时机,投以恰

当的药物,也会收获意外效果。

#### 4 现代医学研究对时间医学的认识

时间医学作为新兴的交叉学科,现代医学对其有着较为深入的研究。关于张仲景择时服药的相关理论已经被国外医学研究者所认识到。例如 Manfredini 通过大量临床报告,证实了在夜晚服用抗高血压药物能够更好地降低心血管意外发生的可能性<sup>[21]</sup>。

在对少阴病“欲解时”的研究上,有研究建立了少阴病“心肾阳虚证”的动物模型,通过对大鼠血清生化指标谷草转氨酶(Aspartate aminotransferase, AST)、乳酸脱氢酶(Lactate dehydrogenase, LDH)、肌酸激酶(Creatine kinase, CK)及肌酸激酶同工酶(Creatine kinase isoenzymes, CK-MB)含量的比较,发现模型组大鼠的相关指标在“非欲解时”(丑时)高于“欲解时”(未时)的水平,说明在少阴病的“欲解时”这一时间段少阴心经本经的阳气生发,正邪交争,人体得自然界阳气之助抗邪于外,有利于心脏疾病的恢复<sup>[22]</sup>。

分子生物学的研究也证实了时间医学的可靠性。《素问·脏气法时论》讲到“脾主长夏”,也就是说脾气在长夏之际最为旺盛起主导作用,而与此同时长夏之时的湿热之气也容易困阻脾胃,导致脾的运化功能出现障碍。研究表明,负责水液传输的水通道蛋白(aquaporins, AQP<sub>s</sub> 蛋白)在长夏的表达远高于其他四时<sup>[23]</sup>,说明长夏季节肠道运输水液的能力有所增强,若在此时加以治疗、调整,对一些脾胃病会有更好的疗效。

生理性的生物节律调节研究也受到学者的关注,以一天为周期的昼夜节律是最为重要的。人体许多功能都表现出明显的昼夜节律,例如人体的血压在清晨3:00~5:00是最低的,在此后3h左右开始出现高峰,并在白昼保持一定的水平,入夜后又开始逐渐降低。现代研究证实了调控这一生理节律的组织——昼夜节律钟的存在,其核心的解剖位置就位于下丘脑视交叉上核处<sup>[24]</sup>,为时间医学理论再度提供了有力论据。

#### 5 时间医学在临床治疗中的运用

首都医科大学附属北京中医医院消化中心在2020年成功治疗了一例脑梗后不明原因呃逆的患

者,就诊时正值 14:00,乃足厥阴肝经循行时间,医者以子午流注理论为基础选取太冲穴,针刺后呃逆遂止<sup>[25]</sup>。而侯学思等<sup>[26]</sup>在针灸治疗过程强调“时”的概念,除在选穴上考虑通常意义上的季节、时辰,应该进一步理解为“掌握时机、候气而刺”<sup>[27]</sup>,就是在留针、出针的时机和方式上也结合时间医学的理论,将这一思维贯穿于整个临床诊疗活动当中。

邹涛等<sup>[28]</sup>以高血压病为对象进行了临床研究,针对肝火上炎的证型,结合子午流注理论,选取手少阴心经循行的午时,参考国医大师邓铁涛教授浴足方,以天麻、川芎、夏枯草、怀牛膝、钩藤等入药,按水煎剂配方制成粉剂加入沸水中浴足<sup>[29]</sup>,意在平肝潜阳息风,引火下行<sup>[30]</sup>,进而通过临床观察与统计分析得出其效果显著优于未择时治疗的患者。

## 6 小结

综上所述,中医相关的时间医学理论自提出以来,被广大学者所认可,形成了一套较为完整的理论体系。本文主要基于仲景《伤寒论》六经病“欲解时”理论,结合中国古代医家文献与现代理论、临床研究,深入贯彻仲景“时间”思维,从时间的角度论述人体的生理、病理状态,疾病的发生转归、医家的用药治疗,得出中医辨证是无法脱离自然界时间变化<sup>[31]</sup>的结论,将仲景的“欲解时”理论与时间医学相关联,丰富了中医相关时间医学理论的内容,可以帮助医者更好地指导临床实践。

## 参考文献

[1] 陈莉.电针“委中”穴对腰多裂肌损伤大鼠 PDGF-CC、PDGFR- $\alpha$ 、MMP-1 表达的影响[D].北京:北京中医药大学,2021.

[2] 左丘明.左传[M].舒胜利,陈霞村译注.太原:山西古籍出版社,2003:282.

[3] 杨茹芸,姚鹏宇.《伤寒论》“六经气化”说探析[J].陕西中医药大学学报,2017,40(3):82-85.

[4] 段阿里.《黄帝内经》时间医学理论与应用[D].沈阳:辽宁中医药大学,2021.

[5] 糕昌红.《伤寒论》中时间医学相关性理论研究[D].济南:山东中医药大学,2017.

[6] 牛媛媛,刘磊.中医时间医学及其运用[J].中医学报,2021,36(8):1609-1612.

[7] 王冰.黄帝内经素问[M].戴铭,张淑贤,林怡,等点校.南宁:广西科学技术出版社,2016:4,125.

[8] 屈杰,文颖娟,李小会,等.《伤寒论》疫病理论辨治新冠肺炎的思路述要[J].陕西中医药大学学报,2022,45(4):8-12.

[9] 张仲景.伤寒论[M].王叔和撰次;钱超尘,郝万山整理.北京:人民卫生出版社,2005:25-42,55-56,70,93.

[10] 吴同玉,叶桂华,陈美芳,等.从“六经病欲解时”浅谈中医辨证的时空性[J].中华中医药杂志.2019,34(4):1524-1526.

[11] 刘力红.思考中医[M].4版.桂林:广西师范大学出版社,2018:179.

[12] 卢亮球.伤寒六经理论和时间医学探讨[J].亚太传统医药,2011,7(12):181-182.

[13] 董润之.从伤寒六经欲解时看中医与时间的关系[J].辽宁中医杂志,2007,32(6):744-745.

[14] 许青青.略谈《伤寒论》中的时间医学应用[J].光明中医,2014,29(2):219-220.

[15] 朱红俊,陆曙.基于《伤寒论》学术思想探析六经欲解时内涵[J].中华中医药杂志,2021,36(5):2593-2596.

[16] 朱梦鸢,张喜奎.《伤寒论》“时”解[J].中华中医药杂志,2021,36(11):6657-6659.

[17] 成无己.注解伤寒论[M].北京:商务印书馆,1955:61,175.

[18] 李杭洲.《伤寒论》“六经病欲解时”所暗含气化平衡观探究[D].北京:北京中医药大学,2011.

[19] 张隐庵.伤寒论集注[M].张全鑫校注.北京:学苑出版社,2009:15.

[20] 郑钦安.伤寒恒论[M].周鸿飞点校.北京:学苑出版社,2009:7.

[21] Roberto M, Fabio F. A pill at bedtime, and your heart is fine? Bedtime hypertension chronotherapy: An opportune and advantageous inexpensive treatment strategy [J]. Sleep Medicine Reviews.2016,33:1-3.

[22] 李花.少阴病(心肾阳虚证)“欲解时”与实验大鼠心肌组织能量代谢的研究[D].西宁:青海大学,2021.

[23] 刘雷蕾,马淑然.基于肠道菌群对能量代谢的季节性调控探讨“脾应长夏”的现代理论内涵[J].中医学报,2020,35(6):1154-1157.

[24] 洪泉作.岐黄思辨录[M].长沙:湖南科学技术出版社,2021:65-67.

[25] 罗晔,张声生.中医时间医学在消化系统疾病的应用[J].中华中医药杂志,2022,37(1):202-205.

[26] 侯学思,刘慧林,付渊博,等.“因时制宜”对针灸临床

- 诊疗思维的指导意义[J].中国针灸,2021,41(3):331-334.
- [27]王兵,杨雪慧,陈斌,等.《黄帝内经》“因时制宜”思想探析[J].中华中医药杂志,2021,36(11):6809-6812.
- [28]邹涛,尹克春,黄静梅,等.子午流注择时沐足改善肝火亢盛型高血压病效果观察[J].新中医,2014,46(8):216-218.
- [29]王嵩,李荣,江其影,等.邓铁涛浴足方对高血压患者的平稳降压作用观察[J].中华中医药杂志,2015,30(12):4528-4530.
- [30]李杉,张立德,程岩岩,等.基于中医时间医学探讨高血压病血压节律性变化及治疗进展[J].中华中医药杂志,2020,35(6):3011-3014.
- [31]武月萍.气象及气象因素与中医时间医学[J].中华中医药学刊,2007,25(6):1190-1192.

(修回日期:2022-10-27 编辑:杨芳艳)

